

# いじめ未然防止教育の実践支援に向けて

## －聞き取り調査をもとにした「いじめ未然防止プログラム」の改善－

義務教育研修課 指導主事 寺戸 武志  
義務教育研修課 指導主事 乗松 宏美  
義務教育研修課 指導主事 藤原 一平  
企画調査課 主任指導主事 増田 美佳子

### はじめに

平成25年にいじめ防止対策推進法が施行され、いじめ対策は社会全体で取り組むべき課題であるという認識のもと、様々な取組が進められている。本県ではいじめ防止基本方針のもと、学校の教育活動全体を通じた豊かな心の育成や、互いに認め合い、支え合い、助け合う仲間づくりなど、個の成長を図るとともに豊かな人間関係づくりの推進を行っている<sup>1)</sup>。これを受け、心の教育総合センターでは、平成25年度及び26年度にいじめ未然防止に係る研究を行った。28名の教員及び学生への聞き取り調査（調査1）をもとに作成した調査票を用いて、3,033名の児童生徒を対象としたアンケート調査（調査2）を行い、いじめ未然防止のために児童生徒に育みたい資質・能力を11にまとめ（以下、「11の資質・能力」とする）、それらを育むことをねらいとした「いじめ未然防止プログラム（以下、本プログラムとする）」を作成した<sup>2)</sup>。

本プログラムは、34種の「授業プラン」（授業案）と10種の「特別活動プラン」（取組例）をまとめた「活動プログラム」と、「教育研修所の研修」と「出前研修」からなる「研修プログラム」から構成されており、児童生徒の資質・能力の育成と教員の指導力の向上を目的とし、平成27年度より研修の実施及び当所Webページでの提供を開始している<sup>3)</sup>。「研修プログラム」に基づいた教員研修では、平成28年1月末現在、「教育研修所の研修」に2,024名、当所の指導主事が学校等へ出向いて行う「出前研修」に894名が受講している。また、「活動プログラム」に関しては、同日現在、Webページに約650件のアクセスがあり、宿泊行事と関連付けて取り組んだ小学校、スクールカウンセラーとチーム・ティーチングで実施した小学校、からかい事案の再発防止をねらいとして取り組んだ中学校など、様々な実践が報告されている<sup>4)</sup>。どの学校も、「授業プラン」の実施にとどまることなく、本プログラムの意図に沿って、様々な教育活動と関連付けた継続的な取組を行っている。その一方で、「授業プラン」を選択する際、自校の児童生徒にどの「授業プラン」が適しているか判断に迷うところが多く、児童生徒の実態に合ったプランの選択に課題が見られる。また、現在提供されている「授業プラン」は開発途上にあり、選択肢が限られているなどの問題点が残されている。これらの課題を改善し、本プログラムをより活用しやすいものにしていくことが、いじめ未然防止教育の実践支援につながると考える。

そこで本研究は、本プログラムを実践した教員からの聞き取り調査を実施し、その結果をもとに、本プログラムの改善や効果的な活用方法の提案を行うことを目的とする。

## 1 聞き取り調査

### (1) 目的

本プログラムを実践した教員から感想や意見を聴取し、本プログラムの実践状況の把握と、活用しやすくするための改善策を検討する。

### (2) 調査方法

本プログラムの実践を行った小・中・高等学校の教員21名を調査対象にした（表1）。「授業時の児童生徒の様子」「授業後の様子」「実践し

表1 聞き取り調査対象者

	男性	女性	合計
小学校	1	2	3
中学校	10	6	16
高等学校	2	0	2
合計	13	8	21

た教員の感想」「本プログラムの改善点」について聞き取りを行った。当所の指導主事が聞き手となり、1時間程度の面接法により実施。調査は平成27年7月下旬から12月中旬の間に実施した。

### (3) 調査結果

聞き取った内容をKJ法の手法を用いて、要約、分類、分析し、結果を表2のようにまとめた。

表2 聞き取り調査の結果

種類	分類	内容	主な意見
授業時の児童生徒の様子	A	積極的だった	すごく活発に話し合い活動ができていた
	B	楽しんでいた	楽しみながらグループワークに取り組んでいた
	C	集中できていた	集中できていてとても良かった
	D	温かい雰囲気だった	すごく和やかなムードであった
	E	消極的な児童生徒がいた	内容になじめない生徒がいた
授業後の様子	F	指導等に活用している	生徒指導時に『どうしたら落ち着けるかな』と問いかけるなど、授業と関連付けた指導を心掛けている
	G	良い変化を感じた	生徒同士のつながりが深まったように思う
	H	行動の変化が見られた	肯定的な言葉が増えた
実践した教員の感想	I	教員が再発見できた	実践して学ぶことが多くあった
	J	意外と良かった	思っていたより良かった
	K	ねらいに近付けた	自分のこととして実感していた
	L	授業の発展ができそう	普段の生活や他の授業にも生かせそう
	M	うまく進められなかった	授業のねらいを絞れなかった
本プログラムの改善点	N	展開例が理解しにくい	教員が内容を理解するのが難しい
	O	ワークシートが使いにくい	ワークシートの使い方がわかりにくい
	P	板書やロールプレイ等の例示が欲しい	板書の例が欲しい
	Q	欲しい「授業プラン」がない	自校の課題となる資質・能力をねらいとする「授業プラン」が作成されていない
	R	授業の選択がしにくい	どの授業を選べば良いかわかりにくい
	S	Webで検索がしにくい	プログラムのWebページが探しにくい
T	PRが足りない	プログラムを知らない教員が多い	

#### ア 授業時の児童生徒の様子

「すごく活発に話し合い活動ができていた(A)」「楽しみながらグループワークに取り組んでいた(B)」「集中できていてとても良かった(C)」など、児童生徒が授業に集中して積極的に取り組んでいる様子や、「すごく和やかなムードであった(D)」「温かい

雰囲気が進められた(D)」など互いの心が通い合っている様子が多く語られた。しかし、中には「内容になじめない生徒がいた(E)」など、取組に消極的な児童生徒が見られたという意見もあった。

#### イ 授業後の様子

「肯定的な言葉が増えた(H)」「教え合う姿が見られるようになった(H)」など、児童生徒の日常的な言動の変化や、「生徒同士のつながりが深まったように思う(G)」「行事に積極的な雰囲気になった(G)」など、教員が児童生徒の醸し出す雰囲気にポジティブな変化を感じていることが語られた。また、「生徒指導時に『どうしたら落ち着けるかな』と問いかけるなど、授業と関連付けた指導を心掛けている(F)」という意見も聞かれた。

#### ウ 実践した教員の感想

「思っていたより良かった(J)」「自分のこととして実感していた(K)」など、授業での実践の意義を感じたという意見や「普段の生活や他の授業にも生かせそう(L)」などの授業の展開・発展方法に関する意見の他に、「実践して学ぶ事が多くあった(I)」「褒めると喜ぶ」ということを改めて実感できた(I)」など、教員自身の資質向上につながったという意見もあった。しかし、一方で「授業のねらいを絞れなかった(M)」など、思うように授業が進められなかったという感想も聞かれた。

#### エ 本プログラムの改善点

「教員が内容を理解するのが難しい(N)」「展開例がわかりにくい(N)」「ワークシートの使い方がわかりにくい(O)」「板書の例が欲しい(P)」など、授業展開のイメージが掴みにくいという意見が多くあった。また、「自校の課題となる資質・能力をねらいとする『授業プラン』が作成されていない(Q)」など、「授業プラン」のバリエーションの問題や、「どの授業を選べば良いかわかりにくい(R)」といったプラン選択の難しさも指摘された。その他、Webでの検索がしにくい(S)、PRが足りない(T)など、本プログラムの運用面に対する意見もあった。

#### (4) 考察と対策

「授業時の児童生徒の様子」「授業後の様子」「実践した教員の感想」の多くは肯定的な意見であった。それぞれの授業のねらいを様々な体験活動を通して実感させ、学校行事や児童生徒会活動等の取組と関連付けながら資質・能力の向上を目指すという、本プログラムの趣旨に沿った実践が行われており、その結果、児童生徒の言動や教員が感じる雰囲気の変化だけでなく、教員自身の資質・能力の向上につながっていることも窺われた。一方で、「本プログラムの改善点」に対しても多くの意見が寄せられた。それらは、以下の3点にまとめられる。

##### ア 教員が授業展開をイメージしづらい

本プログラムに収録されている「授業プラン」には、ねらいや展開例の他に、内容を解説した「参考」や「資料」を掲載しており、教員が授業展開をイメージしやすいように工夫を施している。しかし、教科指導とは異なり、心理学等の専門的な内容が含まれているプランもあることなどから、A4用紙1枚程度の文章による解説では不十分であったと考えられる。今後、十分な対策を検討していく必要があると考える。

##### イ 「授業プラン」のバリエーションが少ない

現在「授業プラン」を34種収録しているが、「11の資質・能力」別に見ると、校種や学年によっては未収録の枠が多くある(表3)。本プログラムは、提供開始後も引き続き「授業プラン」を追加していくことを前提にWeb ページでの提供をしており、本年度も新規に5種を作成する計画であった。そこで、作成に先立ち、「授業プラン」の構成に対する意見を求めたところ、小学校高学年の「自尊感情・自己効力感」の「授業プラン」がないこと、小学校の「コミュニケーション能力」が低学年用しかないことが指摘された。また、小・中・高等学校ともにネット問題を扱うプランが欲しいという要望が多くあった。そこで、これらの意見を加味した表4のような「授業プラン」を作成し、新たに追加することにした。これらのうち「ひょっとしてコピーング」を例として資料1に示す。

表3 「いじめ未然防止プログラム」の「授業プラン」一覧

校種 学年	小学校			中学校			高等学校	特別支援 学校	
	低学年	中学年	高学年	1年生	2年生	3年生			
育 み た い 資 質 ・ 能 力	ストレス マネジメント 能力	「10秒呼吸法を 使ったストレス マネジメント」	「ご機嫌に過 すための工夫」	「ストレスマネ ジメント」		「自分の感情を 理解する」	「暴力について 考える1」		
	セルフ コントロール 能力	「おおらかな心 をもとう」	「頭にきたとき のより良い対 応」		「怒りのメカニ ズムを理解す る」		「体の感じを言 葉にしてみよ う」	これは、なんで しょう	
	自尊感情・ 自己効力感	「自分の木」	「大切なから だ」	「私ってどんな 人? (仮)」		「私は私が好き です。なぜなら …」	「役割交換てが み」	買い物に行こう	
	思いやり・ 他者理解		「私の大切な仲 間へ」	「友だちの良い ところ探し」	「あったか言 葉」	「ネットによる いじめを防止し よう (仮)」	「暴力について 考える2」	「新入生歓迎会 を成功させよ う」	
	コミュニケー ション能力	「うまく仲間に 入ろう」	「ひょっとして コピーング (仮)」	「文字コミュニ ケーションの難 しさ (仮)」	「目指せ! ほっ こりクラス!」		「ダイヤモンド・ランキン グ」	「紙上での傾 聴・共感体験」	
	思いや考え の表現力			「適切な表現方 法」			様々な自己表現 を知ろう	「絵による自他 紹介」	
	仲間づくり・ 絆づくりに 資する力	(グループワーク等による仲間づくり)							
	自治集団 づくりに 資する力						「マナーブック づくり」	「自分らしさと その人らしさ」	運動会を盛り上 げよう
	規律性				「オリジナル ボールゲームを 発明しよう」			「救える自分 になろう (仮)」	バスに乗ろう
	道徳性								
	相談・支援を 求める力	「わたしのまわ りには…」		「自らの課題や 問題を解決す る」					

※授業タイトルの網掛けは今回新規に作成した授業案を示す

表4 新規に作成した「授業プラン」

No.	授業名	推奨する校種等	主なねらいとなる資質・能力	授業の概要
1	「私ってどんな人？」	小学校・高学年	自尊感情・自己効力感	「私から見た私」、「友だちから見た私」を語り合い、自己を見つめ直す
2	「ひょっとしてコーピング」	小学校・中学年	コミュニケーション能力	教員によるロールプレイから、すぐに決めつけない対応を考える
3	「文字コミュニケーションの難しさ」	小学校・高学年	コミュニケーション能力	SNSによる意思の伝達の難しさを学ぶ
4	「ネットによるいじめを防止しよう」	中学校・2年生	思いやり・他者理解	SNSによる会話からいじめを生まない態度を考える
5	「救える自分になろう」	高等学校	道徳性	SNSによるいじめにどう対処すべきかを考える

※授業名は仮題

### ウ プランの選択が難しい

学校では、自校の児童生徒の課題となっている資質・能力を見極めることが難しく、感覚的にプランを選んでいるところが多く、そこにプラン選択の難しさを感じている。客観的なデータ等の判断材料が少ない中で選択せざるを得ず、そのために事後の評価も感想レベルにとどまっているという現状である。もちろん、普段から児童生徒に接している教員の感覚や主観は尊重されるべきであり、妥当性も高いと考えるが、そこに客観的なデータを加味することによって、より適切に、かつ見通しを持った選択ができると考える。そこで、「授業プラン」の選択及び事後の評価に活用できる支援ツールとして、児童生徒の「11の資質・能力」の実態を把握する尺度である「実態アンケート」を作成することにした。これについて以下に詳述する。

## 2 「実態アンケート」を用いた本プログラムの活用方法

### (1) 「実態アンケート」の作成について

冒頭に述べた平成26年度に実施した調査2におけるアンケート調査は、県内の小・中・高・特別支援学校の児童生徒の「11の資質・能力」の実態を把握することを目的としたものであり、調査票は各資質・能力につき3項目で構成し、3,033名の児童生徒を対象に実施した。この調査結果をもとにして、50項目からなる試作版のアンケートを作成した。この試作版のアンケートを小・中・高等学校の児童生徒2,736名を対象に実施し、その結果をもとに統計学的手法を用いて項目の精査、信頼性・妥当性の検討等を行い、34項目からなる「実態アンケート」を作成した(表5)。また、児童生徒の回答を入力すると自動で集計され、グラフ等で示された検討資料が作成できる「資料作成用エクセル入力表」を作成した。

表5 「実態アンケート」の項目

カテゴリ	資質・能力	No.	項目
要 の 力	ストレスマネジメント能力	1	いやなことがあったときには、それを繰り返さないよう工夫をしている
		2	いやなことがあったときには、何が原因かを考えるようにしている
		3	いやなことがあったときには、どうすれば良いか考えるようにしている
		4	ちょっとしたことで、怒ったりすねたりしない
	セルフコントロール能力	5	人から注意や批判をされたとき、怒ったりすねたりしない
		6	友だちからいやなことを言われたとき、すぐにカッとなったりしない
		7	今の自分にだいたい満足している
		8	自分には良いところが、いくつかある
		9	自分には人にじまんでできることが、いくつかある
他 者 へ の 意 識	道徳性	10	友だちが悪いことをしようとしているときには、止めようとする
		11	友だちのしていることを良くないと思ったときには、注意する
		12	人に対する暴力や暴言を見たとき、やめさせようとする
	思いやり・他者理解	13	困っている人がいたら、助けている
		14	ひとりぼっちの子がいたら、声をかけている
		15	落ち込んでいる人がいたら、励ましている
他 者 と 関 わ る 力	コミュニケーション能力	16	相手に迷惑をかけたときには、素直に謝る
		17	自分が間違っていたときには、素直に認める
		18	人に助けってもらったとき、素直に「ありがとう」と言う
	思いや考えの表現力	19	友だちから何かを頼まれたり、誘われたりすると、断りたくてもうまく断れない
		20	いやなことをされても相手に「やめて」と言えない
		21	自分の考えが相手と違っているかもしれないときには、自分の考えを言えない
		22	ひとりで解決できないときは、誰かに相談する
		23	つらいことや困ったことがあったときには、誰かに助けを求めよう
		24	どうすればいいか迷ったとき、誰かに相談する
学 級 集 団 の 力	仲間づくり・絆づくり に資する力	25	私のクラスは、みんな仲がいい
		26	私のクラスは、とても居心地がよい
	自治集団づくり に資する力	27	私のクラスは、学級や班での活動にみんな協力している
		28	私のクラスは、お互いに注意しあえる
		29	私のクラスは、決められたことを守っている
		30	私のクラスは、授業中と休み時間のけじめがある
(実態把握用)		31	友だちのいやがることをしたり言ったりする
		32	友だちにいやなことをされたり言われたりする
		33	いじめがあるとわかっていても関わらない
		34	私のクラスは、いじめがあれば知らんぷりをしない

## (2) 「実態アンケート」の活用

### ア 活用方法

活用方法の一例を図1に示す。まず「実態アンケート」を実施し、回答を「資料作成用エクセル入力表」に入力する。作成された検討資料を用いて、自校の児童生徒の課題を分析する。分析の結果から「授業プラン」を選択、ダウンロードし、自校の児童生徒の特徴等に合わせて「授業プラン」にアレンジを加えて実施する。また、本プログラムの取組例である「特別活動プラン」を参考にしながら、授業を学校行事や児童生徒会活動、あるいは日常の生徒指導と関連づけ、意図的・計画的に組織的な取組を進める。取組の途中や終了時に再度「実態アンケート」を実施し、事前の値と比較することによって、取組内容の修正、評価を行うことも可能である。

### イ 「実態アンケート」からの考察例

「資料作成用エクセル入力表」で作成し

た検討資料には、図2・図3のようなグラフが示される。図2は、試行版のアンケート結果から得られた回答の平均値と標準偏差をもとに算出した基準値を0としたレーダーチャートであり、図3は、個々の児童生徒の得点を、基準値をもとに「低い」「やや低い」「標準」「やや高い」「高い」の5段階に分けたときの人数分布である。ここでは一例として、中学校1年生を想定したサンプルデータを用いた結果で分析してみることにする。まず、図2を見てみると、このサンプルは「思いや考えの表現力」「相談・支援を求める力」を除いた全ての資質・能力において基準値を下回っており、他校と比べて①全体的に低い傾向にある。また、その中でも、②「規律性」「自治集団づくりに資する力」が低い。また、11角形のレーダーチャートの形がいびつであることから、③資質・能力のバランスが悪いということが読み取れる。次に図3を見てみると、④「規律性」「自治集団づく

図1 「実態アンケート」の活用例

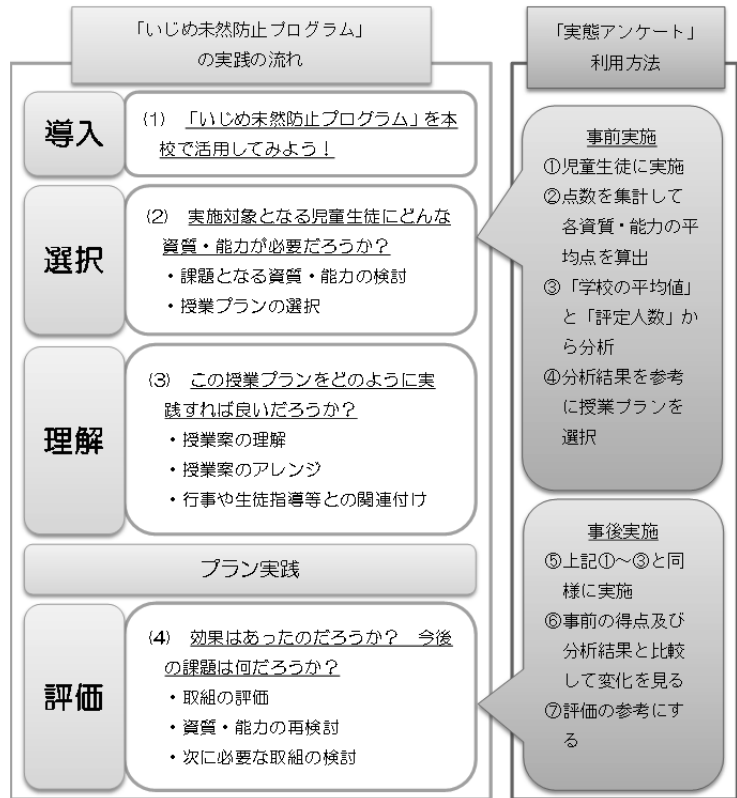


図2 「実態アンケート」のサンプル結果1

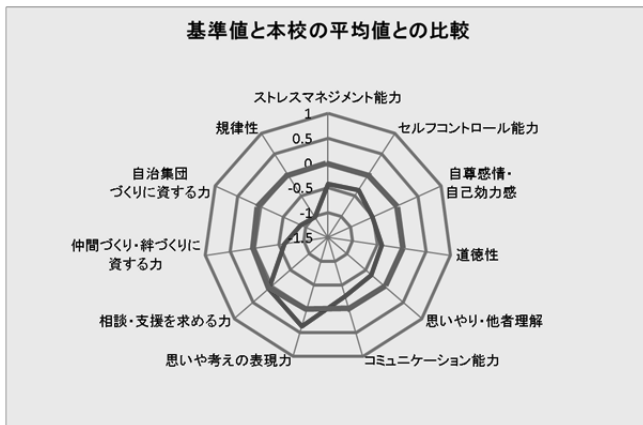
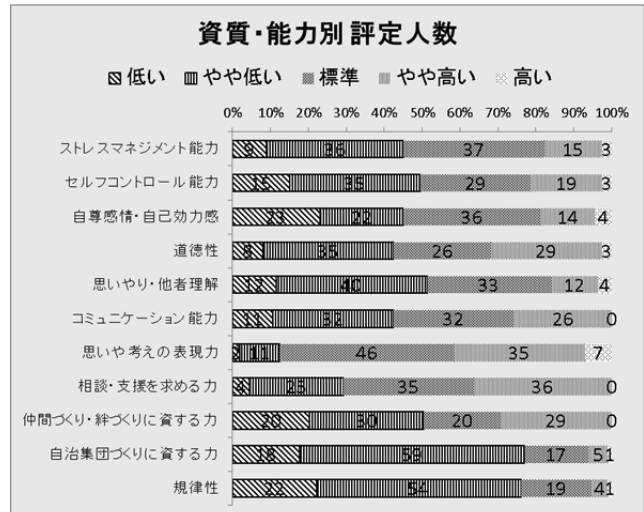


図3 「実態アンケート」のサンプル結果2



りに資する力」は「低い」生徒も多いが、それ以上に「やや低い」生徒が多く、両者を合わせると80%近くを占めている。また、この「規律性」「自治集団づくりに資する力」の他に⑤「自尊感情・自己効力感」「仲間づくり・絆づくりに資する力」も「低い」生徒が多いことがわかる。分析結果を図4に示す。

このサンプルでは、まず①③から、様々な資質・能力を育む本プログラムのような取組を積極的に行っていく必要があるということ、②④から、「規律性」「自治集団づくりに資する力」といった「学級集団の力」が全体的に弱いということ、⑤から、「自尊感情・自己効力感」がかなり低い生徒がおよそ4人に1人の割合にいるということが推察できる。規律性の向上や仲間づくりといった集団生活を豊かにする取組とともに、自尊感情や自己効力感が高められるような活動を行っていく必要があると考えられる。具体的には、まず、これらの課題を学年の教員全員で共通理解すること。その上で「授業プラン」の「規律性」をねらいとした「オリジナルボールゲームを発明しよう」や、「自尊感情・自己効力感」をねらいとした「私は私が好きです。なぜなら…」等の授業を実施したり、これらと関連付けた学年行事や生徒会活動を行ったりして、ねらいとなる資質・能力を育てていくこと、また、グループワーク等による仲間づくりの活動を随所に取り入れた学級・学年づくりを、組織的・計画的に行っていくことなどが考えられる。

#### ウ 活用の留意点

グラフを読み取る際には、課題となる資質・能力を、平均値で示された全体の傾向だけで検討しないように留意する必要がある。今回のサンプルにおいて、「自尊感情・自己効力感」は学校の平均値での比較（図2）では他の資質・能力と比べて目立って低くはない。しかし、5段階による評定の人数分布（図3）では「低い」生徒がかなり多いことがわかる。平均値は全体のデータ分布の凹凸を押しなべたものであるため、回答の分布の様子を反映しきれていないためである。いじめは、学級等の集団の雰囲気が大きく影響するとともに、生徒一人一人の特性によるコミュニケーション上のトラブルから生じることも多い。多くの場合、いじめの主たる加害者は1～数人で、被害者は1人であるため、全体の傾向だけから判断して、全体に対する取組を行うのみでは生徒一人一人への対策は不十分になってしまう。全体・個別の両面からの対策を行うためにも、両方のデータを踏まえて慎重に考察を行う必要がある。

また、この「実態アンケート」による結果は、あくまで数値的な見立てであり、客観的な一側面に過ぎない。日々児童生徒を観察しながら教育活動を行っている教員が捉えている実態を検討の柱とし、客観的な資料の1つとして本アンケートを用いるべきである。教員の観察に基づく考察と、客観的な資料から、総合的に児童生徒の資質・能力の状況を見立てて、有効な取組を検討することが必要である。評価においても同様で、教員が気付く変化が必ずしも数値に表れるとは限らない。数値の変化に捕らわれ過ぎず、教員が感じる児童生徒のちょっとした変化に目を向ける姿勢を大切にしなければならない。

### 3 今後の展開

本研究で作成した「実態アンケート」は、質問事項に対する読解力等による信頼性の低下を考慮し、小学校5年生から高校3年生までを対象として項目を作成している。これらの児童生徒が利用する上で答えやすいレイアウトで紙面を構成し、親しみやすいタイトルに改名してアンケート用紙を作成する。平成28年4月より当所のWebページで公開し、学校がダウンロードして印刷すればすぐに利用できるものとして提供する。また、「資料作成用エク

図4 「実態アンケート」のサンプル分析結果

「実態アンケート」の分析結果（サンプル）	
＜平均値の結果より＞	
①	全体的に低い傾向
②	「規律性」「自治集団づくりに資する力」が低い
③	資質・能力のバランスが悪い
＜評定人数の結果より＞	
④	「規律性」「自治集団づくりに資する力」は「低い」よりも「やや低い」生徒がかなり多い
⑤	「自尊感情・自己効力感」「仲間づくり・絆づくりに資する力」に「低い」生徒が多い

セル入力表」は、**図2**や**図3**に示したグラフの他に、推奨される「授業プラン」が自動的に選択され、その「授業プラン」のWeb上のPDFファイルに直接リンクできるようなシステムになるように改良を加えて、アンケート用紙と合わせて提供したいと考えている。

本研究で考察された「教員が授業展開をイメージしづらい」「『授業プラン』のバリエーションが少ない」「プランの選択が難しい」の3つの課題のうち、今回は「『授業プラン』のバリエーションが少ない」「プランの選択が難しい」において改善策を打ち出した。「授業プラン」の選択肢が増え、選択時の支援ツールができたことで、より使いやすいプログラムになったと考える。ただ、「教員が授業展開をイメージしづらい」という授業を実施する際の課題は残されている。今後、この課題の解決に向け、プラン内容の理解や、授業展開のイメージづくりに生かせるような「教員用補助資料」を作成することを目指した研究活動を行っていきたいと考えている。

#### 4 おわりに

本研究は、聞き取り調査から考察したことをもとに、本プログラムの実践状況の把握と、活用しやすくするための改善策を打ち出すことを目的として行った。また、その改善策の1つとして作成した「実態アンケート」の活用例を提案した。本プログラムに関する研究が始まった平成25年から3年が経過し、本プログラムの提供開始から1年が過ぎようとしているが、今回の調査研究で、本プログラムが有効に活用されているということと同時に、改善の余地が残されていることが明らかとなった。Webページで提供している利点を生かし、教員や教育環境のニーズに即したプログラムとして提供が続けられるように、修正や更新、支援ツールの開発等を継続していきたいと考えている。

最後に、本研究にあたり、聞き取り調査の分析、「実態アンケート」の作成・考察等、多方面において多大なるご指導とご協力をいただいた、心の教育総合センター所長 松本 剛 氏（兵庫教育大学大学院 教授）、並びに同主任研究員 秋光 恵子 氏（同大学院 教授）に心より謝意を表する。

注)

- 1) 兵庫県『兵庫県いじめ防止基本方針』, 2014
- 2) 寺戸武志・堀井美佐「いじめ未然防止プログラムの研究—実態調査を踏まえた実践的プログラムの作成—」『研究紀要125集』, 2015, pp. 1-10
- 3) 心の教育総合センター「いじめ未然防止プログラム」  
<http://www.hyogo-c.ed.jp/~kenshusho/07kokoro/ijimemizen/>
- 4) 兵庫県教育委員会「月刊『兵庫教育』10月号・12月号・2月号」, 2015-2016

本研究は、「兵庫教育大学『理論と実践の融合』事業」による兵庫教育大学との共同研究として実施した。

ひよっとしてコーピング

- 目標となる資質  
コミュニケーション能力、セルフコントロール能力、ストレスマネジメント能力
- 指導のねらい  
出来事があったときに、「ひよっとして〇〇かも」と一歩立ち止まって相手のことを考え、冷静に話したり聞いたりする態度を育む
- 準備するもの  
黒板に貼る提示用の短冊
- 教育課程、実施時期  
特別活動、クラスの落ち着きがなくなってきたとき
- 留意点など  
スクールカウンセラー(SC)とのティームティーチング(TT)で行うことが望ましい

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	友だちとの関わりで楽しかったことを思い出し、発表する	「友だちともっと楽しく過ごせる素敵な言葉を勉強する」と展開する
展開 35分	「ひよっとしてコーピング」を身につけよう！ 教師とSCとのロールプレイ※を見て考える (1)ムカムカ ①シーン1-1を見てBの心のつぶやきを考え、発表する ②シーン1-2を見てAとBの気持ちを考え、発表する (2)しょんぼり シーン2-1、2-2で(1)と同様に行う (3)さわやか ①シーン3-1を見て、どう考えればムカムカもしょんぼりもなくなって済むかを考えて、発表する ②シーン3-2を見て、AとBの気持ちを考え、発表する	・教師とSCによるロールプレイを見る ・登場人物の表情や態度に注目させて、気持ちを共感させる ・AもBも嫌な気持ちになることを共有させる ・(1)と同様に共有させる ・上記の例は理由を決めつけていることに注目させる ・「ひよっとして」と考えることにより自分も相手も嫌な気持ちにならないことを共感させる ・学習内容を振り返らせながら、イメージを勇らせる ・ふと立ち止まって「ひよっとして」と考えてみることを、日常生活で実践できるように促す
まとめ 5分	事例※を聞いて、「ひよっとして」を使って心のつぶやきを考えて、発表する 本時の学習を振り返り、感想を発表する	※ロールプレイの内容、事例については、付属の「シナリオ」を参照

参考

○本時のねらいについて

中学年になると、いわゆる「ギャングエイジ」と呼ばれる年代となり、教師や保護者よりも友人との繋がりを大切に始めるようになる。そこで、自分の思いつきや価値観で相手の行動の理由を判断するのではなく、それには色んな可能性があるということ体験的に感じさせ、コミュニケーション能力やセルフコントロール能力などの成長の支援となることをねらいとしている。

○「友だちとの関わりで楽しかったことを思い出す」について

友だちとのトラブルを想起させて、そうならないような方法を身につけようという流れも考えられるが、次のロールプレイでネガティブなシーンから考えさせていくので、ここでは、友だちともっと楽しく過ごしたいというポジティブな思いを膨らませて導入にしたい。

○「教師とSCとのロールプレイ」について

付属のシナリオをもとに行うが、できるだけ自校の児童に共感を得られるようなアレンジを加えて行ってもよい。SCとTTで演じることによって、児童とSCの距離を縮めて、身近な存在にすることをねらいとしているが、複数の学級の合同で実施するなどして、それぞれの担任で演じてもよい。シーン1は相手に怒りを感じるつぶやき、シーン2は必要以上に自分を責めるつぶやきであり、児童たちに共感させるとともに、これらの感情の原因はその出来事ではなく自分の捉え方であることに気づかせるようにする。決めつけて行動すると自分も相手も不快になることに注目させ、どうすればいいかわかりと考える動機付けを高めるように留意する。また、「ムカムカ」「しょんぼり」「さわやか」「決めつけ」「ひよっとして」といったキーワードとなる言葉や絵の短冊を準備しておくなど、視覚的に整理しやすい工夫をしておくことよい。

○「ひよっとしてコーピング」について

コーピングとはストレスマネジメントという対処方法の意であるが、子供たちの印象に残る適切な語（「ひよっとしての術」、「ひよっとして魔法」など）を当てると良い。ふと立ち止まって自分の心のつぶやきに疑問を抱かせることによって、相手を思いやった言動や、冷静な対応が促進される。この授業時だけでなく、授業後の日常場面でも「ひよっとしてコーピング」を合い言葉のように教師が用いて指導すると効果的である。

○「事例」について

日常場面に生かすために行う。学習内容を整理しながら、「ひよっとして……」に続けてどんな言葉を入れて心でつぶやけばムカムカもしょんぼりもしないかと視点を明確にする。可能であるならば、児童にロールプレイをさせると、より効果が期待できる。

資料

別添「シナリオ」あり